

最新家训家风演讲稿 学习分享演讲稿 (实用10篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

家训家风演讲稿篇一

学习有如母亲一般慈爱，它用纯洁和温柔的欢乐来哺育孩子。以下是本站小编分享给大家的关于学习分享演讲稿，给大家作为参考，希望能给大家带来帮助！

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！很开心能够在此与在座各位分享我的学习经验。

试上超然台上看，半壕春水一城花。在这个春意盎然的小城镇里，我们开始上学了，开始奋斗，开始一点一点的往上爬，总希望能够攀越到顶峰，骄傲地抬起头面对一切。

在初二上学期期末，我在成绩上取得了较大的进步。那不是不经意之间的事，要的是自信的努力，快乐的奋斗，那是长期坚持努力的结果，是经过辛苦付出而攒回来的分数。

其实，一切的学习，方法只有自己寻找，因为没有任何人比你更加地了解你自己。他人的学习方法只供参考而已。重要的是学习的心态，只有打心里愿意学习、喜欢学习，才能够轻松地学好知识。

学习的重要性，都是不言而喻的。人非生而知之，而是学而

知之。我们的自然科学知识、社会科学知识以及人生观、世界观、方法论都是从学习中来。整个人类，无论是什么人种，无论信仰什么，无一不是走先求学后就业之路，在学校学习各种知识成为唯一的学习途径，这几乎成为人类生活的定势。

面对二十一世纪这个知识的时代，面对知识就是力量，科学技术是第一生产力的科学论断。以资本为最重要生产力的资本家的时代将要过去，以知识为特征的知本家的时代即将到来。中学时代是学习现代科学知识的黄金时代，中国教育制度的一试定终生，使我们必须在学习单上取得优异的成绩，唯有这样，才有出路，才有未来。知识无止境，探索无止境，人的发展亦无止境，而这一切的一切都需要学习。

取得优异的成绩，不单单要有积极主动地学习，还需要有一种良好的心态。在上学期末我能够取得优异成绩，更多的是心态已调整好。只有自信的面对学习、面对考试，才能在考场上发挥出自己真正的水平，甚至是更高的水平。学会深呼吸，学会忘记那是一场严肃的考试，用一种美好的心态来面对这一切。相信：不可能是不可能的事。

学习方法重在适合自己。同一件衣服穿在不同人身上有着不同的效果。同学们，努力吧。在不久后的中考，带给我们的是更大的考验。奋斗吧，对得起自己、对得起父母，也对得起辛勤的老师！

就算是昙花一现，也好过沉默下去。知了在土里沉睡了5年，也只为了鸣叫那一个短暂的夏天。这个季节，我们彼此约定好，更加努力的奋斗吧。

我的讲话结束。谢谢！

大家好，很荣幸，今天我能为大家分享我在学习中小小的体会。

首先，信心很重要。在学习中，不要自卑，不要因为觉得别人比自己强，而丧失了对学习的乐趣和动力。一次的考试就算在排名中比较靠后，也不要认为自己很差，要正确的认识和评价自己。不要因为好的成绩而骄傲，也不要因为差的成绩而沮丧。努力了就好。

第二，足够的睡眠和休息很重要。我认为现在老师布置的家庭作业已经足够了，完成作业，时间也不早了，所以我没有特别为自己安排一大批的课外练习，否则会做到十一二点才完成，这会导致睡眠不足。而长期的睡眠不足会导致学习质量不高。所以，每天充足8小时的睡眠也是我的目标之一。

还有，学习时要专心致志。在学习的时候，不能想别的东西，也不能接触与学习无关的东西。因为，别的事物会影响自己的学习，导致自己分心。作业写完了，才可以尽情地玩，心里也轻松。但是“边学边玩”，这是万万不可取的。

最后，在学习中不要偏科。我的各科成绩其实都不是特别拔尖的。在第一阶段考试中，我能取得语数英三科总分的第一主要是因为我在各科成绩上比较均衡，才没有被某一科的成绩拉下去。如何避免某一个学科薄弱而导致拖分的现象呢？其实我们可以在比较薄弱的学科上花费多一点儿时间，在擅长的科目上花相对少的时间。

保持自信、充足睡眠、专心致志、不偏科，这几点就是我在学习中的小小的体会，希望这些对大家有帮助，谢谢。

敬的各位家长：你们好！

今天我能代表全班同学来发表演讲，我感到非常荣幸，之前也为了这几分钟的演讲做了好几天的准备，但也难免有些疏漏，所以如果有些不太尽人意的地方，还请大家多多包涵。

我演讲的内容有下面几点：

一、细心。细节决定成败，可能有人对此不屑一顾，但我要说的是：有的时候细节还真有掌控你的命运呢，例如：有时候正是因为马虎而与满分擦肩而过了，有一次英语测验考试，试卷一发下来，前后一看，我就在心里窃喜，怎么这么简单呀，于是我的笔就像抹了油似的，题都不审就”刷刷刷“地往下写，写完之后也看也不看就交给老师了，胸有成竹地认为决对可以拿个满分，但卷子发下来后我却只考了114，原来有一大题是让我们在方框中找出合适的词语填空，但由于我没有仔细看题，自以为是地随意填写了一个单词，而没有按题目的要求填写合适的形式，就被扣了6分，我当时那个后悔呀，没法说，看吧，这就是不细心带给我的下场，而我正是因为忽略了这么一个重要条件，才让我懊悔了好几天呢，因为我是那么的自信能拿满分的，所以这次考试给我留下了深刻的应象。

二、认真。认真包括很多层面，有认真听讲，认真做事，认真写作业。。。无论做什么事，都应该认真地对待，因为我觉得认真是我们学生最好的品质，最好的习惯。有时，正因为你昨天回家认真复习了，第二天考试就会觉得很得心应手，拿个满分也说不定。有时，正因为你认真做好了当天的值日，第二天学校检查时就能为班级争得好的荣誉，等等这些，都是我们认真付出，才能得到的回报，而这都是因为认真的态度而铸就的，我相信，不管你是谁，就算是一个普通的建筑工人，只要你认认真真地砌好每一块砖头，总有一天，你会有属于你自己的高楼大厦的。

三、责任。有责任心是我学习中最重要的一点，这一点不光是要我们学生做好，家长们也应该做好，只还过是负责的对象不一样，老师负责地每天辛苦地给我们上课，对我们不知道操了多少心，而我们回家做好每次作业，把老师上课时的重点要点复习好，取得好的成绩也就是对老师负责。而家长是对我们负责，例如作业写完后家长们认真检查，在每项作业后面签字，配合老师管理好我们的日常生活及学习，还有就是如果我们考试有时不太理想，请先不要急于打击我

们，而是应该帮助我们找出错误的根本，并将它连根铲除，以防以后再犯同样的错误，这些我们都认为是一个负责任家长应该做到的。

你们都是大人，各位家长都有着丰富的人生经验，但我想告诉你们的是，打开知识大门的金钥匙不是那么轻而易举就能找得到的，这必须经过无数的挫折与磨难的洗礼才能够破茧而出，闪烁着属于它的五彩光芒！

最后，我祝各位家长身体健康，陪我们一起共同进步!!!

家训家风演讲稿篇二

放暑假了，朵朵一家准备去野外度假。在度假前一天晚上，她们一家都在忙着准备生活用品。文具们就从书包里探出头来，爬上书桌聊起天来。

“朵朵最喜欢那个穿着粉色婚纱、梳着两个马尾辫的洋娃娃，这次度假也带着她，她们两个真是形影不离呀！”橡皮说。

“朵朵最喜欢的应该是戴在她脖子上的那条项链，那是在她七岁生日时，姑姑送给她的。朵朵只要一戴上它，就不会把它摘下来。”铅笔不甘示弱地说。

听练习本这么一说，文具们都叽叽喳喳地吵成一片，像热闹的菜市场一般。

听了练习本这番话，文具们顿时安静下来。它们有的推，有的挤，快速地排成一队，等待练习本报到自己的名字。

“刨笔卷你先上来吧。”

“我觉得朵朵应该最珍惜我，每次把笔刨尖之后，都会把我

肚子上的‘垃圾’清理得干干净净。”刨笔卷是个大嗓门，一说话就把身旁的练习本吵得不耐烦。

“自动铅笔你上来说。”

.....

家训家风演讲稿篇三

大家好！

这是有原因的。一女子首付20多万，购买了一辆奔驰车。岂料，新车刚开出4s店院子，就发现车辆发动机存在漏油问题。“奔驰女车主哭诉维权”。上演了一出漂亮的逆袭大戏。看女顾客的几次出场，每次都逻辑严密、直达重点。

在奔驰车上哭诉这个戏剧性的动作，她自嘲是「撒泼」，「泼妇」，为受过多年的教育「丢脸」，但是行为虽然泼，言语上一点也不泼，坐在奔驰车上的每一句话都打在了关键点上。

“车还没开出4s店，发动机就漏油”。

难怪有人说，阅读理解做得好，抓住主旨大意，赢得漂亮。有人却有不同意见，说这就是高考数学解答题的标准步骤啊，每一步都是踩分点。

随后，奔驰女车主与店方高管长达近18分钟的谈话录音曝光。被赞逻辑满分，不愧考上研究生，原来是数学学的好。

高管说，见不到您是因为我在德国和北京开会。

女车主回怼：不管您在哪个国家，电话都能联系到，这不是古代，不是一维时代，这个说辞和道歉我不理解，不接受。

高管说，流程缓慢，因为需要跟奔驰沟通。

高管说，国家三包规定，只能换发动机。

女车主回怼，国家三包同样规定，修车超过5天提供备用车，中间我4次联系奔驰400客服电话，应该都有录音，他们说的是，配不配备用车根据各店情况而定。三包有利于你的，你就拿出来搪塞，有利于我的，你说看情况而定。

这三个经典的回应，没有一句过头的话，完全控制在就事论事的范畴，无论是电话联系，还是流程问题，都怼得有理有据，入情入理，尤其是国家三包的回应，金句迭出。

读书是多么有用，有优秀的表达能力，清晰的逻辑思维能力，是多么了不起的才华。

有位家长说：孩子，我要求你读书用功，不是因为我要你跟别人比成绩，而是因为，我希望你将来会拥有选择的权利，选择有意义、有时间的工作，而不是被迫谋生。当你的工作在你心中有意义，你就有成就感。当你的工作给你时间，不剥夺你的生活，你就有尊严。成就感和尊严，给你快乐。

我个人私下认为，所有读书的人都应该读好专业的书，过有尊严的生活。有人说高中就应该读好各学科基础，顺便读读诗歌和散文，大学应该读好你的专业，顺便读读小说。我非常赞同。

家训家风演讲稿篇四

大家好！

书是我的命根子，我怎么可能因老爸的一些“烟雾弹”而放弃追求呢？时刻为看书主义而献身！因此，我汲取书中精华，苦心修炼，终于获得了一句制胜法宝——老师说，要多看课

外书，你的思想是不正确的……从此以后，每当我搬出这句话，老爸总是无条件缴械投降，将书乖乖奉上。

一个路上总有坎坷；一个世界总有黑暗；一个人总有烦恼……不过，这些烦恼不正像声音，那是来自天籁的声音，这簌簌之音唱出了一个精彩不凡的人生！

家训家风演讲稿篇五

大家上午好！

我是x□17□班的学生辛乾宇，今天能站在这里谈谈自己的体会，我倍感荣幸。首先请允许我代表全体同学真诚的道一声：老师，你们辛苦了，谢谢你们。

紧张的期中考试已淡出同学们的记忆，可我们不能忘了期中考试后的反思，因为通过反思，大家才可以发现平时学习上的不足与缺陷。考试就像捕鱼，每一次考试你都会发现鱼网上的漏洞，经过一次次的修补，一次次的捕捞，在中考的时候，你的知识与能力编成的鱼网一定已经是牢不可破了。这次期中考试，我们每一位同学都经受了失败、痛苦和成功的洗礼，得到了磨炼、反省和升华自我的机会，这正是我们最大的收获。

态度决定一切。有这样一句话：“当你冷眼旁观时，生命是一只蓝色的蛹；当你热情相拥时，生命是一只金色的蝶。”学习也是这样，当你把学习当作自己成长发展的需要时，才能体验到学习的快乐；当你把学习当作是一种负担时，学习就是一种痛苦。谁愿在一片郁闷和痛苦中学习呢？所以说，我们首先要调整心态，以愉快的心情投入到紧张的学习生活中，并善于从学习的过程中体验获取知识的快乐，体验克服困难的快乐，体验取得成功的快乐。

当然，方法也很重要。学习方法得当就会事半功倍，下面我

分享一下自己学习中的方法和感受。

第一，课前要预习。通过预习，初步了解下堂课要上的内容，把看不懂的作上记号，这样为上课效率最大化打下基础。

第二，集中注意力听课。在课堂上要跟着老师的思路做笔记，这样不仅能记下老师课上讲的知识点，而且通过这些动态的记录，也能让你的注意力集中起来。上课听讲一定要跟着老师的思路走。有些同学可能觉得有些知识自己已经懂了就不想再听了，其实这是影响听课效果的，因为老师的讲解包括了解题思路和答题步骤，这些对考试都非常有帮助，你可能这道题会，但换了形式就不会了，或者是会做，但答题步骤不全，认真听老师讲解才能掌握这些知识。

第三，不会的问题要及时解决。上课有听不懂的地方很正常，老师课堂上留的练习不会做也很正常，但是如果这些不会做的题你不去解决它，那就不正常了，在课堂上不会的问题标记下来后，利用课间休息的时间去找老师，把这些问题解决掉。知识是一点一点积累的，如果你今天丢一点，明天丢一点，到你想补救的时候就已经晚了。

第四，课后复习。把当天学的内容在做作业前复习一遍，这样做作业时效率高了；另外，给每科准备一个错题本也很重要，先把错题抄在上面，隔几天做一次，并在每道题旁标注需注意的地方，这样就等于减少犯错的机率，这样你复习时也更有针对性，更轻松。

还有，要多看书本；注意基础；重视课本的阅读、理解；要多思考，着重理解。学而不思则罔。思考是学习的灵魂，在学习中应注意不要轻易放过任何问题，自己动手动脑去寻找问题的正确答案，这样做有利于思考能力的提高；学而时习之。学习要多重复，每次重复应有不同的角度、不同的重点、不同的目的，这样每次重复才会有不同的感觉和体会，一次比一次获得更深的认识，知识的学习与能力的提高就是在这

种不断的重复中得到提升的，所谓温故而知新也。

谢谢大家！

家训家风演讲稿篇六

大家好！

勤苦交加，拓学海之涯

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”在学习生涯中，其实并无捷径可走。如宋濂“天大寒，砚冰坚，手指不可屈伸，弗之怠。”甚至趋百里外，执经叩问。这种勤奋苦学的精神正是我们所需要的。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。只有听力学习的苦，才能品出生活的甜。其实开拓学海之涯的我们就好似一捧好茶，但只有经历过沸水的洗礼才能够释放自我，散发出属于自己独特的清香。

培养兴趣，品学习之乐

除了勤奋苦学，兴趣也是学习过程中不可或缺的一项。古人云：知之者不如好之者，好之者不如乐之者。兴趣是学习路上最好的老师。学习确实苦，但我们应培养自己对学习的兴趣，从而做到苦中作乐。在很多人眼中学习书法是一件枯燥乏味的事，但若发现其中乐趣，提起对他的兴趣，那一笔一画也会变得生龙活虎。而如今经过不懈的练习，我在书法方面也小有成就，达到了八级，正向十进发。而另一面就是提起对不足之处兴趣。相信大部分人在一些方面会有所不足，但我们要扬长避短吗？其实不然，我们应当做的是扬长补短。所谓扬长，就是将自己的优势尽可能的扩大，从中找到优越感，找到乐趣，增强自信；而补短就是尽可能的克服困难，正视自身不足。可能在这其中会有各种苦恼，但我们应尽量克服激发自己对学习的兴趣。久而久之便可提高学习效率，形成良性循环。

注重方法，悟学习之道

有的时候，方法比能力更重要。曾经我一直认为学习成绩好的同学，方法也一定好，我也适用。但随着时间的推移才发现，只有适合自己的才是最好的。人各不同，学习方法也因人而异。别人的方法我们可以借鉴，但应当根据自身情况，取其精华取其糟粕，制定出适合自己的方法。

坚定信念，奔理想之程

三年苦读度芳华，而今仅剩九十六。三年光阴若白驹过隙，忽然而已，而中考就在眼前。在学习过程中难免会有些担心和焦虑，也可能经历一些困难。对此我们应坚定心中信念，自我激励。通向理想与未来的乐章，已接近尾声，学海中的一叶扁舟也将泊岸。在这最后关头，让我们坚定信念，迈出最后一步，奔向理想之程！

初中三年即将结束，我们风华正茂。带着憧憬与向往，奋力走完这最后一程。百日拼搏，乾坤未定，你我皆是黑马！彼时，顶峰相见！

我的演讲结束了，谢谢大家！

家训家风演讲稿篇七

您们好！

今天我演讲的题目是《让读书成为习惯》。说起读书，可以肯定的说，在座的各位和我都是极大的受益者。从小到大，在父母的殷殷期望中，在师长的谆谆教诲中我们不断的成长。

从小我就懂得读书的苦与乐是相辅相成的，读书并不都像夏天吃冰棒一样甜滋滋的痛快，有时候读书就是一桩苦差事。作为我，读书的天职，是要付出玩的代价，才能将读书化成

自己的知识、血液和生命。我清楚的记得孙中山曾坦然说过一句话，“我平生有两大爱，一是书，二是女人。”他所以这样说，就是在直接告诉人们，人类最美好的情感享受，其实就在书与爱人之间。

读书正如家庭，正如爱情，和家人、爱人天天见面，即使他有一些丑，也会发现几分特殊的美丽，也会产生浓浓的爱意。在我看来，书无异于多情的故人，智慧的使者。有书陪伴使我的斗室生辉，春意盎然；有书陪伴无论快乐的或忧伤的光阴都可以安然度过；有书陪伴，让我的内心充实而又自信。

我们做不到像他们一样“衣带渐宽终不悔，为书消得人憔悴”的境界，但是“为中华民族之崛起而读书”的志气应该从小就有人人都有，而播撒这种民族志气的人就是我们——人类灵魂的工程师。

所以，在这里我想重申一下这次演讲的题目《让读书成为习惯》，并让这种习惯熏陶我们身边的每一株幼苗，为托起祖国明天的太阳而努力。

家训家风演讲稿篇八

大家好！

在成长的历程中，有的人将“人生能有几回搏，此时不搏待何时”作为座右铭，也有的人把“一分耕耘，一分收获”写在自己的本子里。而我将最喜欢的校园警句是“理想的书籍是智慧的钥匙”，落实在行动上，只有多读书，才能跨进智慧的殿堂。

高尔基说：“我扑在书上，就像饥饿的人扑在面包上。”刘向说：“书犹药也，善读书可以治愚。”而我要说：“书是我的良师益友，成长不可无书。”是啊，因为与好书为友，就是与真理相伴，就是与真善美同行，这样才能使我们博取众长，启迪智慧，遨游于知识的海洋。书拉近了时间的距离，缩短了

地域的间隔；书，使我们畅游千山万水，鸟瞰古今中外；书伴我们踏上理想的征途，引领我们在人生路上孜孜以求。人生因为有了书的陪伴，而充满阳光，充满希望。

书是人类思想的精华，生活因书籍而丰富，生命因生活而精彩，书籍因生命而闪光。当我灰心丧气时，是书教我“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。”于是我有了重新奋斗的勇气；当我与朋友惜别时，是书告诉我“海内存知己，天涯若比邻”，于是我擦干了眼泪；当我想放下手中的书放纵生活时，是书，是书告诉我“天下兴亡，匹夫有责”，于是我认清了自己的使命，努力奋斗……正是因为有书，我才学会了坚强不屈，学会了思索未来，懂得了新世纪的我们应该积极向上，勇于承担历史使命，因为我们是祖国的未来，我们是民族的希望，我们是明天的太阳。

读书之法，在于循序渐进，在书中你可以欣赏陶渊明“采菊东篱下，悠然见南山”的闲适自然；聆听王维“明月松间照，清泉石上流”的明快清朗；喜诵李白“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”的激情飞跃的诗篇。读鲁迅的书，就要读出他手拿笔杆，肩挑大梁，一身正气；读莎士比亚的书，就要读出一代艺术巨匠的智慧；读高尔基的书，就要读出他对革命的无限热爱。读书，读的不光是书，读过的更是时间，是空间。

读书，是穿越时间，与历史对话，是跨越空间，与宇宙交流。

你目睹荆轲刺杀秦始皇的滔滔热血在蒸发，体会诸葛亮壮志未酬身先死的遗憾，聆听成吉思汗逐鹿中原的狂叫呐喊。

朋友，在如歌的青春岁月里，读书吧！它好比一缕轻风，荡荡着你的心海，使你的天空四季常春；它好比一轮骄阳，照耀着你的心灵，使你的世界光明永存；它好比一阵细雨，滋润着你的心田，使你的人生永不枯竭。它不仅洗净我们心灵的尘埃，提升我们的高度，更会在你的心中亮起一盏永不熄灭的明灯，在生活的大海里高扬理想的风帆。

谢谢大家。

家训家风演讲稿篇九

大家好！

读了这本书，我受益匪浅。这本书分为六个部分，分别从家庭，学校，社会生活着手的。十分贴近我们这些即将步入高中的学生，因为我们现在正值青春期，所以总会在学习上，与人相处等方面遇到大大小小的烦恼，而《跨一步，就成功》这本书正像我们的一个朋友一样去开导我们，引导我们。

比如，书中谈写作这一章节给我的感触颇深。曾经的`我非常排斥考场作文，因为我认为考场作文总是会禁锢我们的思想，使我们的文章中只有华丽的语句，而缺失了真实的情感，这类的作文不应该得到高分，因为它缺少了“有血有肉”的文章所带给我们的感动。当读了“热笔与冷笔”这一小节后，我似乎对考场作文有了深刻的理解，精心雕琢的是佳作，投入情感的更是精品，这些文章同样都能体现我们的语言功底。

再如，“谈处世”这一章节，从在学校与同学相处，在家中与长辈相处，在社会与他人相处的几个方面谈及。其中并非是在教育我们圆滑，而是婉转，使我不仅对已经遭遇的麻烦一筹莫展，并且对未来走向复杂的社会有了一些铺垫。

这本书除了在内容上会给我们许多帮助，更多的是在它的写作方式上。刘墉在阐述每一个中心前总会举一两个实例来引出自己的观点，使我们更能够深刻的体会。这一方法在谈记忆这一章节里尤为突出，许多的记忆方法是不能够用抽象的定义去传达的，所以用实例说明显得更为生动。当然其中也举了爱因斯坦的例子，使所说的方法更具有说服力。

这本书之所以得到我们的青睐，我想和刘墉所在书中使用的语言密不可分。他不是以一个父亲严厉的口吻在警告孩子哪

些事是可以做的，哪些是不可以的，而是以一个朋友的口吻在给我们一些善意的建议。循循善诱的言语使我们这些正处于叛逆期的孩子更能够接受。

没有严厉的呵责，没有过分的溺爱，有的只是自然亲切的言语；没有眼泪，没有任信，有的只是欣然接受。这就是一本好书给予我的收获。

家训家风演讲稿篇十

她们就像是一朵朵新鲜、娇嫩的花朵静静地绽放着。

每天，护士用整齐的妆容、温婉的语言、文雅的举止打造五洲最亮丽的一道风景，一个柔柔的微笑、一个同情的眼神、一声亲切的问候，如春风拂去患者内心深处的忧伤，我们为爱与希望提起长明灯，五洲就像一座风景如画的天使之城，充满快乐与祥和，她的守望者，有着美丽的心灵！有天使的地方，就有最美丽的风景！

短短的几句话，一下子就拉近了我们和患者之间的距离，减少了患者的陌生感和恐惧感，每次患者都会笑着说：谢谢，听到护士温柔的这样做自我介绍时，我都从病人信任的眼神中感受到一种让我积极向上的力量，心里就向冬日的暖阳，笑容就会不知不觉的在我的脸上荡漾！

看着这种场面，我们迅速一起分析该产妇的产程情况，估计胎儿体重6斤左右，骨盆腔够大，产妇26岁，比较年轻，认为呢还是应该给她自然分娩的机会。医生果断的决定给她行人工破水加强宫缩力，给她心理支持的任务自然就落到了我的身上。我把巧克力一小块、一小块放在孕妇的嘴里，连劝带哄的让她进食以保证体力，带领她在宫缩时练习拉美滋呼吸法，这是一种减轻产痛的方法，开始产妇并不理会我的口令，我说着。

而孕妇却不停的大声哭着，我把手放在她的脸上，轻轻抚摸着她的脸颊，我的眼睛坚定的看着她的眼睛：请你放松，再放松好吗，你的小宝宝马上就要出来，她走出来的每一步，你都会痛，你要和宝宝好好配合、共同努力，请你相信我，看着我的眼睛，你来和我一起做，吸气，慢慢吐气，吸气，慢慢吐气，非常好，吸气，慢慢吐气，你很棒，看着同样是满脸汗水，声音已经沙哑的我，孕妇渐渐的安静下来，慢慢的每次宫缩时能主动配合着我的口令进行呼吸的调整了。

时间一分一分的过去，4个小时后，6斤3两的小公主，顺利出生了！小公主一生下来就睁着一只眼闭着一只眼，那响亮的哭声在我听来仿佛天籁之音，我感觉我手中捧着的是盛开的玫瑰，是旭日东升的太阳，我抱着新生儿，让她的父亲亲吻孩子的额头：告诉他，这是上天送给他爱的礼物。